Пример обраћања ученицима за време часова

Замолите ученике за пажњу

**Започињете са:** Сви смо сазнали за догађаје у дискотеци у Кочанима који су нас узнемирили...Губитак је велики за породице и за целу државу.

Дискусије могу бити кратке, на почетку часа, али уколико је потребно можете да посветите и више времена за разговор на ову тему.

**Наставник може да започне:** „Могли бисмо да поразговарамо о овом догађају уколико имате потребу, како га ви доживљавате, како се справљате…Охрабрујем вас да се осећате слободним и безбедним да разговарате, прослеђујете и питате. Можда нећемо моћи да одговоримо на сва питања и решимо све дилеме, али можемо да извучемо неке закључке и да постигнемо некакав договор.

Можете и сами да поделите и своја осећања и размишљања са ученицима. Понудите им могућност да и они покажу како се осећају. Можете да им објасните да су емоције природна и нормална реакција организма при шоку и стресу, као што је овај трагични догађај. Често је корисно да поделите ваша сопствена осећања и да ослушнете како реагују остали. То не мења стварност и оно што се догодило, али може да уклони осећај усамљености који понекад прате стресне или трауматске догађаје. Наставник може да каже: „Био бих захвалан за све што сте спремни да поделите“.

* Како можемо да се справимо са емоцијама које нису пријатне и које нас преплављују?
* Које активности предузимате у справљању са узнемиравајућим осећањима?
* Шта вам помаже? Наставник може да понуди неке активности које се користе за справљање и саморегулисање емоција.

Уколико ученици почну да дебатирају о томе који је прави начин да се реагује на трагедију, можда је важно да се истакне да се сви ми справљамо са стресом и траумом на различите начине. Не постоји универзални начин да се реагује.

Нормално је да људи траже објашњење о томе зашто се догодила ова трагедија. Преко разумевања, настојимо да се уверимо да сличан догађај може да се избегне или спречи у будућности. Можемо да коментаришемо: „Као људска бића у нашој природи је да тражимо дубље разумевање трауматских догађаја. По својој природи, трагедије су посебно тешке за објашњење.

**Наставник може да позива ученике:** „Хајде да видимо шта можемо у нашем разреду да направимо или у нашој школи, како бисмо помогли или спречили овакве догађаје у будућности“. Шта предлажаете да урадимо?

Могући предлози:

* Свесност да су сви у разреду одговорни и да креирају атмосферу и комуникацију
* Да се организује нека активност за помоћ и солодарност са ученицима и младима и њиховим породицама из Кочана
* Да се охрабре да говоре о својим потребама и бригама и са својим родитељима и друговима
* Да се охрабре да потраже стручну помоћ.

При разговору или дискусији о догађајима, информацијама и ономе што их забрињава можете:

* Да им укажете да је у реду да говоре о томе шта су чули, прочитали или видели у медијима
* Да саслушате како размишљају о ситуацији и вестима у медијумима
* Кажите им да је циљ разговора да боље схвате догађај и да размишљају о сагледавањима и закључцима који побољшавају понашање и безбедност у нашој средини
* Да поразговарате о осећањима која изазивају овакви догађаји
* Укажите им да свако говори у своје име о својим сагледавањима и размишљањима
* Препоручљиво је да се избегава примена црног хумора
* Да се користи активно слушање**:** слушање с пажњом, интерес и емпатија за оно о чему се разговара, повремено климање главом, употреба малих подрживача као „мххмм…разумем…“ и повремена рефлексија на пр. „ако те добро разумем…“, „из овога што си рекао, видим да…“.
* Уколико користимо питања можемо да користимо отворена питања (како, шта?) за отворено прослеђивање, као и затворена питања (да ли?) за потврђивање информација.
* Истакните да је сваком ученику коме је потребна додатна помоћ и индивидуални разговор, да може да се јави психологу, стручној служби, одељењском старешини, наставнику са којим ученик има остварен близак контакт.